

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA DI SMP N 15 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Strata Satu (S1)*



Oleh

IRA OKMUL SURYANI

1105558/ 2011

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

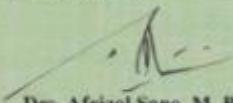
PERSETUJUAN SKRIPSI**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA DI SMP N 15 PADANG**

Nama : Ira Okmul Suryani
NIM/ BP : 1105558/ 20011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2015

Disetujui Oleh

Pembimbing I



Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Kons.
NIP. 19600409 198503 1 005

Pembimbing II



Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd
NIP. 19781115 200812 2 001

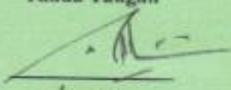
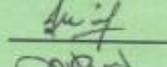
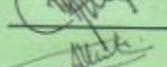
PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

Judul Skripsi : Hubungan antara Harga Diri dengan Penyesuaian Diri
Siswa DI SMP N 15 Padang
Nama : Ira Okmul Suryani
NIM/ BP : 1105558/ 2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2015

Tim Penguji

| | Nama | Tanda Tangan |
|---------------|------------------------------------|---|
| 1. Ketua | : Drs. Afrizal Sano, M. Pd., Kons. |  |
| 2. Sekretaris | : Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd. |  |
| 3. Anggota | : Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons. |  |
| 4. Anggota | : Dra. Zikra, M.Pd., Kons. |  |
| 5. Anggota | : Rezki Harikö, S.Pd, M.Pd., Kons. |  |

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2015
Yang Menyatakan,



(Ira Okmul Suryani)

ABSTRAK

Judul : Hubungan antara Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Di SMP N 15 Padang
Penulis : Ira Okmul Suryani
Pembimbing : 1. Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons
2. Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd

Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa adanya siswa yang mengalami permasalahan dalam hal penyesuaian diri di sekolah, baik penyesuaian diri terhadap teman sebaya maupun penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Salah satu penyebab permasalahan penyesuaian diri siswa ialah rendahnya harga diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran harga diri, penyesuaian diri siswa, dan menguji hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di sekolah

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional. Populasi penelitian ini mencakup siswa kelas VII dan kelas VIII di SMP N 15 Padang yang berjumlah 337 orang. Jumlah sampel yaitu 183 orang siswa, yang diperoleh dengan teknik *Proportional Stratified Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan mengadministrasikan angket, dan dinalisis menggunakan persentase. Untuk melihat hubungan di antara kedua variabel, digunakan teknik *Pearson Product Moment Correlation* melalui program statistik *SPSS for windows release 20.0*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri berada pada kategori tinggi, penyesuaian diri berada pada kategori baik, dan terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. Besaran r hitung yaitu 0,547 yang berada pada taraf signifikansi 0,01. Melalui hasil penelitian ini, Kepada Guru BK diharapkan mampu menyusun program berkenaan dengan peningkatan harga diri siswa melalui layanan relevan, seperti layanan informasi dan penguasaan konten berkaitan dengan upaya meningkatkan harga diri dalam hal penghargaan dari diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Misalnya kiat-kiat dalam meningkatkan kemandirian siswa, kiat dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, kiat untuk meningkatkan kekuatan dari dalam diri siswa, kiat untuk meningkatkan kompetensi siswa serta kiat untuk mendapatkan penghargaan dari orang lain. Semakin tinggi harga diri siswa maka penyesuaian diri siswa juga akan semakin baik.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang telah memberi kekuatan pada penulis, sehingga telah dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan antara Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP N 15 Padang”. Kemudian salawat dan salam tidak lupa buat junjungan Nabi Muhammad SAW sebagai tauladan selama hidup di dunia ini.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan, baik materil maupun moril dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons sebagai Pembimbing I penulis, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran, membimbing serta memberi masukan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini
2. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing II penulis, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran, membimbing, mengarahkan dan member dukungan kepada penulis dari awal proposal sampai akhir skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.
3. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons, Ibu Dra. Zikra, M.Pd., Kons dan Bapak Rezki Hariko, S.Pd, M.Pd., Kons selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktu untuk dapat memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons dan Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd., Kons selaku ketua dan sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin pada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Hasbi, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 15 Padang yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
6. Ayah, Ibu, dan Kakak yang telah banyak memberikan motivasi, dorongan baik materil maupun moril.
7. Teman-teman seangkatan dan semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini. Semoga bantuan yang diberikan menjadi amal shaleh dan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kesalahan, kekeliruan, maupun kekurangan yang berada di luar jangkauan penulis, untuk itu diharapkan kepada berbagai pihak memberikan arahan dan masukan guna penyempurnaan skripsi ini. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan berguna bagi upaya peningkatan sumber daya manusia di masa yang akan datang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan taufik dan hidayah-Nya pada kita semua. Amin.

Padang, Agustus 2015

Peneliti

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|----------------|
| HALAMAN JUDUL | |
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 8 |
| C. Batasan Masalah | 9 |
| D. Rumusan Masalah | 9 |
| E. Pertanyaan Penelitian | 9 |
| F. Asumsi | 10 |
| G. Tujuan Penelitian | 10 |
| H. Manfaat Penelitian | 10 |
| | |
| BAB II KAJIAN TEORI | |
| A. Penyesuaian Diri Siswa | 12 |
| 1. Pengertian Penyesuaian Diri | 12 |
| 2. Karakteristik Penyesuaian Diri | 13 |
| 3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri..... | 18 |
| 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri | 20 |
| 5. Pentingnya Penyesuaian Diri pada Individu | 25 |
| B. Harga Diri | 28 |
| 1. Pengertian Harga Diri | 28 |
| 2. Karakteristik Harga Diri | 29 |

| | |
|---|----|
| 3. Aspek- Aspek Harga Diri | 32 |
| 4. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Harga Diri | 34 |
| C. Harga Diri dan Hubungannya dengan Penyesuaian Diri Siswa | 38 |
| D. Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Peningkatan Harga Diri dan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah..... | 39 |
| E. Kerangka Konseptual | 44 |
| F. Hipotesis | 45 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|------------------------------------|----|
| A. Jenis Penelitian | 46 |
| B. Populasi dan Sampel | 46 |
| C. Jenis dan Sumber Data | 50 |
| D. Definisi Operasional | 51 |
| E. Alat Pengumpul Data | 52 |
| F. Penyusunan Instrumen | 53 |
| G. Prosedur Pengumpulan Data | 54 |
| H. Pengolahan Data | 54 |
| I. Teknik Analisis Data | 55 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|---|----|
| A. Deskripsi Hasil Penelitian | 58 |
| 1. Hasil Penelitian Harga Diri Siswa SMP N 15 Padang | 58 |
| 2. Hasil Penelitian Penyesuaian Diri Siswa SMP N 15 Padang | 60 |
| 3. Hubungan Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP N 15 Padang | 63 |
| B. Pembahasan | 65 |
| 1. Harga Diri Siswa SMP N 15 Padang | 65 |
| 2. Penyesuaian Diri Siswa SMP N 15 Padang | 69 |
| 3. Hubungan Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa SMP N 15 Padang | 73 |

BAB V PENUTUP

| | |
|--------------------------|-----------|
| A. Kesimpulan | 76 |
| B. Saran | 76 |
| KEPUSTAKAAN | 78 |
| LAMPIRAN | 81 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|--|---------|
| Tabel 1. Populasi Penelitian | 47 |
| Tabel 2. Sampel Penelitian | 50 |
| Tabel 3. Pemberian Skor Jawaban Skala Harga Diri dan Penyesuaian Diri..... | 52 |
| Tabel 4. Penyusunan Instrumen Harga Diri | 53 |
| Tabel 5. Penyusunan Instrumen Penyesuaian Diri | 54 |
| Tabel 6. Kriteria Pengolahan Data..... | 55 |
| Tabel 7. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penelitian | 55 |
| Tabel 8. Harga Diri Siswa..... | 58 |
| Tabel 9. Penghargaan Dari Diri Sendiri | 59 |
| Tabel 10. Penghargaan Dari Orang Lain | 60 |
| Tabel 11. Penyesuaian Diri Siswa..... | 61 |
| Tabel 12. Penyesuaian Pribadi | 61 |
| Tabel 13. Penyesuaian Sosial | 62 |
| Tabel 14. Korelasi Harga Diri (X) dengan Penyesuaian Diri Siswa (Y) | 63 |
| Tabel 15. Rekapitulasi Pengolahan Data Dekriptif Harga Diri Siswa dan Penyesuaian Diri Siswa..... | 64 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual Hubungan Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah..... | 44 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Rekapitulasi Judge Angket..... | 81 |
| 2. Kisi-kisi Angket | 90 |
| 3. Angket Penelitian | 92 |
| 4. Pengolahan Data Hasil Penelitian | 99 |
| 5. Pengolahan Data SPSS 20.0 | 118 |
| 6. Surat Izin Penelitian | 119 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu masa terjadinya berbagai perubahan, baik perubahan fisik maupun psikologis. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Jhon W. Santrock (2003: 26) remaja sebagai masa perkembangan transisi antara anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional. Perubahan biologis mencakup perubahan dalam hakikat fisik individu. Perubahan kognitif meliputi perubahan dalam pikiran dan bahasa tubuh, sedangkan perubahan sosial-emosional meliputi perubahan dalam hubungan individu dengan manusia lain, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar individu.

Berbagai perubahan yang terjadi pada masa remaja mengharuskan remaja untuk mampu menghadapinya, hal ini tercermin dalam tugas perkembangan yang harus dijalani remaja. Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas itu juga akan menentukan keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya. Akan tetapi kalau gagal akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya.

Menurut Elizabeth B. Hurlock (2007: 233) masa remaja adalah masa labil dimana individu berusaha mencari jati dirinya dan mudah sekali

menerima informasi dari luar dirinya tanpa ada pemikiran yang lebih lanjut. Ketika proses pencarian jati diri tersebut, remaja dihadapkan pada situasi yang menuntut mereka harus mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya. Penyesuaian diri menurut Sunarto & Agung Hartono (2008: 220) ialah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Ketika individu mampu mencapai kesimbangan dirinya, maka individu akan dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan lingkungan.

Sejalan dengan pendapat di atas, Siti Sundari (2005: 40) juga mengungkapkan bahwa penyesuaian diri sebagai usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada dirinya dan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini menyangkut aspek kepribadian individu dalam berinteraksi dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. Enung Fatimah (2008: 207) mengungkapkan ada dua aspek penyesuaian diri yaitu mencakup penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi ialah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Sedangkan penyesuaian sosial yaitu terjadi dalam lingkup hubungan sosial di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain.

Selanjutnya proses penyesuaian diri menurut Enung Fatimah (2008: 199) dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik faktor internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang dapat

mempengaruhi penyesuaian diri yaitu faktor kepribadian. Menurut Mohammad Ali dan Mohammad Asrori (2012: 183) unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri yaitu kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri, dan intelegensi. Selain faktor kepribadian, keyakinan diri akademik juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Penelitian yang dilakukan oleh Novakarisma Wijaya (2007: 89) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara keyakinan diri akademik dengan penyesuaian diri siswa. Semakin tinggi keyakinan diri akademik, maka semakin baik penyesuaian diri siswa, dan sebaliknya semakin rendah keyakinan diri akademik, maka semakin buruk penyesuaian diri siswa.

Selanjutnya faktor eksternal yang ikut mempengaruhi penyesuaian diri ialah faktor lingkungan. Enung Fatimah (2008: 201) mengungkapkan berbagai lingkungan, seperti keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan, dan agama berpengaruh kuat terhadap penyesuaian diri individu. Selain faktor lingkungan, dukungan sosial juga ikut mempengaruhi penyesuaian diri remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Fani Kumalasari dan Latifah Nur Ahyani (2012) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi penyesuaian diri pada remaja dan semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula penyesuaian diri pada remaja.

Selain faktor-faktor yang telah dikemukakan sebelumnya, faktor lain yang ikut mempengaruhi penyesuaian diri ialah harga diri. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan mampu menyesuaikan diri dan menjalin hubungan baik dengan lingkungannya. Sebagaimana menurut Wayne Weiten & Margaret A. Lloyd (2006: 148) *“People with high self esteem claim to be more likeable and attractive, to have better relationship, and to make better impressions on the others than people with low self-esteem”*. Maksudnya ialah orang dengan harga diri yang tinggi akan lebih menyenangkan dan menarik, mempunyai hubungan atau penyesuaian diri yang lebih baik, dan membuat kesan yang lebih baik dengan orang lain daripada orang-orang dengan harga diri yang rendah. Selanjutnya, Ditto Prastowo (2012: 10) juga mengungkapkan individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya, yang selanjutnya akan mampu mengontrol lingkungannya tersebut. Sebaliknya jika individu memiliki harga diri yang rendah maka akan mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Menurut Sarlito W. Sarwono & Eko A. Meinarno (2011: 62) harga diri ialah penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik yang bersifat positif maupun negatif. Penilaian tersebut akan menentukan bagaimana perilaku individu dalam menjalani kehidupannya. Jika penilaian positif yang ditunjukkan oleh individu maka individu akan menganggap dirinya sebagai orang yang berharga serta dapat menghargai orang lain. Namun ketika individu menunjukkan penilaian negatif terhadap dirinya akan membuat

individu mengalami kesulitan dalam menunjukkan diri, perasaan, dan pikirannya serta menganggap bahwa hubungan dengan orang lain merupakan sebuah ancaman sehingga sulit melakukan penyesuaian diri.

Harga diri merupakan penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya, yang diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya. Aspek-aspek yang terdapat dalam harga diri menurut Abraham Maslow (1987: 45) ialah penghargaan dari diri sendiri (*self respect*) dan penghargaan dari orang lain (*respect from other people*). Penghargaan dari diri sendiri (*self respect*) yaitu berupa keyakinan bahwa individu merasa memiliki kekuatan, prestasi, kompetensi, rasa percaya diri, kemandirian dan kebebasan atas dirinya. Penghargaan dari orang lain berupa keyakinan bahwa individu merasa diakui, diperhatikan, merasa penting, serta merasa mendapat apresiasi dari orang lain atas keunggulan ataupun prestasi yang dimiliki.

Idealnya siswa di sekolah kebutuhan akan harga dirinya dapat terpenuhi dengan baik sehingga siswa akan menganggap dirinya sebagai orang yang berharga, menghargai orang lain serta dapat mengontrol tindakannya terhadap dunia di luar. Selanjutnya dengan terpenuhinya harga diri akan mendorong siswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sekolah. Namun, pada kenyataannya di sekolah kebutuhan akan harga diri siswa masih belum terpenuhi dengan baik. Hal ini terlihat dari masih banyaknya ditemukan siswa yang belum mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik di lingkungan sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Sulisworo Kusdiyati & Lilim Halimah (2011) tentang

penyesuaian diri di lingkungan sekolah menyimpulkan bahwa sebanyak 86 siswa (47,5%) dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan sosial di sekolahnya, dan sebanyak 95 siswa (52,5%) tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan sosial di sekolah.

Pengumpulan data awal tentang penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang peneliti menggunakan format isian dalam bentuk pernyataan yang dilakukan pada tanggal 9 April 2015 di kelas VIII.4 dengan jumlah siswa sebanyak 25 orang. Dari hasil yang diperoleh, terungkap adanya siswa yang mengalami permasalahan dalam hal penyesuaian diri baik penyesuaian diri siswa terhadap teman sebaya maupun penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Beberapa masalah penyesuaian diri yang dialami siswa yaitu, adanya siswa yang berbicara kasar kepada temannya, adanya siswa yang mengucapkan kata-kata kotor dalam pergaulan, adanya siswa yang mengisolasi diri dari lingkungan sosialnya, adanya siswa yang membedakan teman dalam bergaul, serta adanya siswa yang melanggar disiplin sekolah. Selanjutnya berdasarkan observasi yang penulis lakukan selama praktik lapangan sekolah di SMP N 15 Padang dari bulan Januari-Juni 2014, penulis menemukan adanya fenomena tentang permasalahan siswa yang berkaitan dengan harga diri siswa. Penulis menemukan adanya siswa yang memiliki masalah berhubungan dengan harga diri. Diantaranya yaitu siswa yang kurang diterima dan dihargai oleh teman-temannya dalam pergaulan, adanya siswa yang merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang

dimilikinya, serta adanya siswa yang seringkali diremehkan dan dianggap tidak penting di lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan dua orang guru pembimbing SMP N 15 Padang pada tanggal 6 Maret 2015 diperoleh informasi tentang berbagai permasalahan yang berhubungan dengan penyesuaian diri yang dimunculkan siswa di sekolah. Permasalahan tersebut diantaranya yaitu siswa yang kurang mampu membina hubungan baik dengan teman sebaya yang terlihat dari sering terjadinya perkelahian antara siswa yang berawal dari saling menghina ataupun mengejek antara satu sama lain. Selanjutnya permasalahan mengenai siswa yang membolos pada saat pelajaran. Menurut informasi yang diperoleh, hampir setiap hari guru BK menerima laporan mengenai siswa yang membolos dari guru mata pelajaran. Selain itu, permasalahan yang ada yaitu adanya siswa yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan peraturan yang diterapkan di sekolah seperti adanya siswa tidak memakai seragam sekolah yang lengkap, adanya siswa yang sering datang terlambat, serta adanya siswa yang merokok di lingkungan sekolah.

Pada tanggal 6 Maret 2015 peneliti juga melakukan wawancara dengan 5 orang siswa SMP N 15 Padang. Dari hasil wawancara, informasi yang penulis peroleh ialah 5 orang siswa tersebut mengungkapkan di lingkungan sekolah masih terdapat siswa yang memiliki masalah berhubungan dengan harga diri. Hal ini terlihat dari adanya siswa yang terisolir dalam pergaulan di lingkungan sekolah, kebanyakan siswa yang

terisolir adalah siswa yang tidak tergabung dalam kelompok-kelompok tertentu di sekolah.

Fenomena di atas mengindikasikan bahwa adanya siswa yang memiliki permasalahan berhubungan dengan harga diri dan penyesuaian diri siswa di sekolah. Oleh karena itu, penulis merasa tertarik dan perlu mengkaji secara sistematis dan ilmiah mengenai: **“Hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Adanya siswa yang kurang diterima dan dihargai oleh teman-temannya dalam pergaulan .
2. Adanya siswa yang merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya
3. Adanya siswa yang seringkali diremehkan dan dianggap tidak penting di lingkungan sekolah.
4. Adanya siswa yang terisolir dalam pergaulan di lingkungan sekolah
5. Adanya siswa yang kurang mampu membina hubungan baik dengan teman sebaya yang terlihat dari sering terjadinya perkelahian antara siswa yang berawal dari saling menghina ataupun mengejek antara satu sama lain.
6. Adanya siswa yang membolos pada saat jam pelajaran

7. Adanya siswa yang tidak bisa menyesuaikan diri dengan peraturan yang diterapkan di sekolah seperti adanya siswa tidak memakai seragam lengkap, siswa yang sering datang terlambat, dan adanya siswa yang merokok di lingkungan sekolah
8. Adanya siswa yang berbicara kasar kepada temannya
9. Adanya siswa yang mengucapkan kata-kata kotor dalam pergaulan
10. Adanya siswa yang membeda-bedakan teman dalam bergaul
11. Adanya siswa yang mengisolasi diri dari lingkungan sosialnya.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih fokus dan sesuai dengan judul yang akan diteliti, maka penelitian ini dibatasi sebagai berikut:

1. Harga diri siswa
2. Penyesuaian diri siswa
3. Hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang?”.

E. Pertanyaan Penelitian

Sehubungan dengan batasan dan rumusan masalah, maka pertanyaan penelitian yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran harga diri siswa di SMP N 15 Padang?
2. Bagaimana gambaran penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang?

3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di sekolah?

F. Asumsi

Asumsi merupakan titik tolak pemikiran yang tidak dipersoalkan lagi kebenarannya. Penelitian ini berpijak pada asumsi sebagai berikut:

1. Harga diri diperlukan setiap individu dalam menjalankan kehidupannya
2. Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang terjadi sepanjang kehidupan.
3. Penyesuaian diri pada dasarnya melibatkan individu dan lingkungannya

G. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Mendeskripsikan harga diri siswa di SMP N 15 Padang.
2. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang.
3. Menguji hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang

H. Manfaat Penelitian

1. Dari segi teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial. Penelitian ini juga diharapkan memberikan gambaran tentang harga diri dan penyesuaian diri siswa di sekolah serta memberikan informasi tentang hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di sekolah

2. Dari segi praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak-pihak yang terkait, yaitu:

a. Guru BK

Guru BK dapat merancang program layanan yang dapat mengembangkan harga diri yang positif pada diri siswa, misalnya layanan penguasaan konten tentang kita untuk meningkatkan penghargaan diri siswa terhadap dirinya sendiri dan upaya siswa dalam mendapatkan penghargaan dari orang lain. Selanjutnya upaya guru BK dalam merancang program layanan peningkatan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah, misalnya layanan penguasaan konten tentang upaya yang dapat dilakukan siswa dalam hal penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial di lingkungan sekolah.

b. Wali kelas dan guru mata pelajaran

Wali kelas dan guru mata pelajaran dapat memperoleh informasi tentang gambaran harga diri siswa serta penyesuaian diri. Selanjutnya, wali kelas dan guru mata pelajaran dapat bekerja sama dengan guru BK untuk meningkatkan harga diri serta penyesuaian diri siswa di sekolah.

c. Penulis

Penulis dapat mengenal dan memahami lebih luas mengenai harga diri yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri Siswa

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Menurut Enung Fatimah (2008: 194) penyesuaian diri ialah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Desmita (2009: 191) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri ialah suatu konstruksi psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Penyesuaian diri dalam hal ini menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksi dengan lingkungan dalam dan luar. Penyesuaian diri mencakup belajar untuk menghadapi keadaan baru melalui perubahan dalam tindakan atau sikap.

Selanjutnya Elizabeth B. Hurlock (1999: 95) merumuskan penyesuaian diri sebagai “suatu kemampuan individu untuk diterima dalam kelompok atau lingkungannya, karena ia memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan”. Schneiders (dalam Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, 2012: 173) juga mengungkapkan penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu (a) penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaption*). (b) penyesuaian diri sebagai bentuk

konformitas (*conformity*). (c) penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).

Jadi, dari beberapa pendapat ahli sebelumnya dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri ialah usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada dirinya dan lingkungannya sehingga mampu menghadapi tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam diri individu.

2. Karakteristik Penyesuaian Diri

Dalam menjalani kehidupannya ada individu-individu yang mampu melakukan penyesuaian diri secara positif, tetapi ada pula yang melakukan penyesuaian diri secara tidak tepat (salah suai).

a. Penyesuaian Diri yang Positif

Menurut Enung Fatimah (2008: 195) individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai dengan hal-hal berikut, yaitu:

- 1) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan.
- 2) Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan yang salah.
- 3) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- 4) Memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengerahan diri.
- 5) Mampu belajar dari pengalaman.
- 6) Bersikap realistis dan objektif.

Selanjutnya dalam penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukan berbagai bentuk berikut:

- 1) Penyesuaian diri dalam menghadapi masalah secara langsung
Dalam situasi ini, individu secara langsung menghadapi masalah dengan segala cara akibatnya. Ia akan melakukan tindakan yang sesuai dengan masalah yang dihadapinya.
- 2) Penyesuaian diri dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)
Dalam situasi ini, individu mencari berbagai pengalaman untuk menghadapi dan memecahkan masalah-masalahnya.
- 3) Penyesuaian diri dengan *trial* dan *error*
Dalam cara ini, individu melakukan tindakan coba-coba, dalam arti kalau menguntungkan diteruskan dan kalau gagal tidak diteruskan.
- 4) Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti)
Apabila individu merasa gagal dalam menghadapi masalah, ia dapat memperoleh penyesuaian dengan jalan mencari pengganti.
- 5) Penyesuaian diri dengan belajar
Dengan belajar, individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membantu penyesuaian dirinya.

6) Penyesuaian diri dengan pengendalian diri

Penyesuaian diri akan lebih efektif jika disertai oleh kemampuan memilih tindakan yang tepat serta pengendalian diri secara tepat pula. Dalam situasi ini, individu akan berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan dan tindakan mana yang tidak perlu dilakukan. Cara inilah yang disebut inhibisi.

7) Penyesuaian diri dengan perencanaan yang cermat

Dalam hal ini, sikap dan tindakan yang dilakukan merupakan keputusan yang diambil berdasarkan perencanaan yang cermat atau matang. Keputusan diambil setelah dipertimbangkan dari berbagai segi, seperti untung dan ruginya.

b. Penyesuaian diri yang salah

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Menurut Siti Sundari (2005: 44) penyesuaian diri yang salah adalah penyesuaian yang menyimpang dari realita:

1) Yang bersangkutan tidak dapat mengendalikan emosinya .

Bila menghadapi problem menjadi panik, sehingga tindakannya tidak sesuai dengan kenyataan.

2) Menggunakan pertahanan diri yang berlebihan, karena berulang kali merupakan kebiasaan yang menyimpang dari

kenyataan. Orang bersangkutan akan mengalami kegagalan dalam penyesuaian diri dan memungkinkan terjadinya frustrasi, konflik, maupun kecemasan.

Selanjutnya menurut Enung Fatimah (2008: 197) ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian yang salah, yaitu reaksi bertahan, reaksi menyerang, dan reaksi melarikan diri.

1) Reaksi bertahan (*defence reaction*)

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya dengan seolah-olah ia tidak sedang menghadapi kegagalan. Adapun bentuk khusus dari reaksi ini, yaitu sebagai berikut.

- a) Rasionalisasi, yaitu mencari-cari alasan yang masuk akal untuk membenarkan tindakan yang salah.
- b) Represi, yaitu menekan perasaannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar.
- c) Proyeksi, yaitu menyalahkan kegagalan dirinya padapihak lain atau pihak ketiga untuk mencari alasan yang dapat diterima.
- d) “*Saur grapes*” (anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikan fakta atau kenyataan.

2) Reaksi menyerang (*aggressive reaction*)

Individu yang salah suai akan menunjukkan sikap dan perilaku yang bersifat menyerang atau konfrontasi untuk

menutupi kekurangan atau kegagalannya. Reaksi-reaksinya antara lain:

- a) Selalu membenarkan diri sendiri
- b) Selalu ingin berkuasa dalam setiap situasi
- c) Merasa senang bila mengganggu orang lain
- d) Suka menggertak, baik dengan ucapan maupun perbuatan
- e) Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- f) Bersikap menyerang dan merusak
- g) Keras kepala dalam sikap dan perbuatannya
- h) Suka bersikap balas dendam
- i) Tindakannya suka serampangan dan sebagainya

3) Reaksi melarikan diri (*escape reaction*)

Reaksi melarikan diri maksudnya individu akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau kegagalannya.

Reaksinya tampak sebagai berikut:

- a) Suka berfantasi untuk memuaskan keinginan yang tidak tercapai dengan bentuk angan-angan seolah-olah sudah tercapai
- b) Banyak tidur, suka minuman keras, bunuh diri atau menjadi pecandu narkoba

- c) Regresi, yaitu kembali pada tingkah laku kekanak-kanakan. Misalnya, orang dewasa yang bersikap dan berperilaku seperti anak kecil.

Jadi, dapat disimpulkan ada beberapa karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang salah. Penyesuaian diri yang positif ditandai dengan tidak adanya ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan yang salah, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, memiliki pertimbangan yang rasional dalam penerahan diri, mampu belajar dari pengalaman dan bersikap realistis dan objektif. Sedangkan penyesuaian diri yang salah ditandai dengan tidak mampu mengendalikan emosi, reaksi bertahan, reaksi menyerang, dan reaksi melarikan diri.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Enung Fatimah (2008: 207) penyesuaian diri memiliki dua aspek, yaitu:

a. Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian pribadi ialah kemampuan seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Keberhasilan penyesuaian diri pribadi ditandai oleh tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan, atau tidak percaya pada potensi dirinya. Sebaliknya, kegagalan penyesuaian pribadi ditandai oleh adanya kegoncangan dan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan

terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya jarak pemisah antara kemampuan individu dan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya.

b. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Dalam proses penyesuaian sosial, individu berkenalan dengan nilai dan norma sosial yang berbeda-beda lalu berusaha untuk mematuhi, sehingga menjadi bagian dan membentuk kepribadiannya.

Ketika individu berada di lingkungan sekolah, penyesuaian sosial yang perlu dilakukan individu yaitu bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah, menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah serta bersikap hormat kepada guru, pimpinan sekolah, dan staf lainnya.

Selanjutnya menurut Zainun (2002: 6) aspek-aspek penyesuaian diri meliputi:

- a. Aspek afektif emosional meliputi: perasaan aman, percaya diri, semangat, perhatian, tidak menghindar, mampu memberi dan menerima cinta, berani.
- b. Aspek perkembangan intelektual atau kognitif meliputi: kemampuan memahami diri dan orang lain, kemampuan berkomunikasi dan kemampuan melihat kenyataan hidup.

- c. Aspek perkembangan sosial meliputi: mengembangkan potensi, mandiri, fleksibel, dan bekerja sama.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang terdapat dalam penyesuaian diri yaitu penyesuaian pribadi, penyesuaian sosial, afektif emosional, perkembangan intelektual atau kognitif dan aspek perkembangan sosial. Aspek-aspek yang akan diteliti pada penelitian ini yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri menurut Enung Fatimah (2008: 199) dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal maupun eksternal. Faktor-faktor tersebut ialah:

- a. Faktor fisiologis

Kondisi fisik, seperti struktur fisik dan tempramen sebagai disposisi yang diwariskan, aspek perkembangannya secara intrinsik berkaitan erat dengan susunan tubuh. Kondisi tubuh yang baik merupakan syarat tercapainya proses penyesuaian diri yang baik pula.

- b. Faktor psikologis

Banyak faktor psikologis yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri sendiri seperti pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-kebutuhan, aktualisasi diri, frustasi, depresi dan sebagainya.

1) Faktor pengalaman

Pengalaman yang mempunyai arti dalam penyesuaian diri, terutama penyesuaian yang menyenangkan atau pengalaman yang traumatik (menyusahkan). Pengalaman yang menyenangkan seperti memperoleh hadiah dari suatu kegiatan cenderung akan menimbulkan proses penyesuaian diri yang baik. Sebaliknya, pengalaman yang traumatik akan menimbulkan penyesuaian diri yang keliru atau salah usai.

2) Faktor belajar

Dalam penyesuaian diri, belajar merupakan suatu proses modifikasi tingkah laku sejak fase-fase awal dan berlangsung terus sepanjang hayat dan diperkuat dengan kematangan.

3) Determinasi diri

Determinasi diri mempunyai fungsi penting dalam proses penyesuaian diri karena berperan dalam pengendalian arah dan pola penyesuaian diri. Keberhasilan atau kegagalan penyesuaian diri banyak ditentukan oleh kemampuan individu dalam mengarahkan dan mengendalikan dirinya meskipun sebetulnya situasi dan kondisi tidak menguntungkan bagi penyesuaian dirinya.

4) Faktor konflik

Pengaruh konflik terhadap perilaku bergantung pada sifat konflik itu sendiri. Sebenarnya, beberapa konflik dapat

memotivasi seseorang untuk meningkatkan kegiatan an penyesuaian dirinya. Ada orang yang mengatasi konfliknya dengan cara meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang mengunungkan bersama secara sosial. Akan tetapi, adapula yang memecahkan konflik dengan cara melarikan diri, sehingga menimbulkan gejala-gejala neurotis.

c. Faktor perkembangan dan kematangan

Sesuai dengan hukum perkembangan, tingkat kematangan yang dicapai individu berbeda-beda, sehingga pola-pola penyesuaian dirinya juga akan bervariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang dicapainya. Selain itu, hubungan antara penyesuaian dan perkembangan dapat berbeda-beda menurut jenis aspek perkembangan dan kematangan yang dicapainya. Kondisi-kondisi perkembangan dan kematangan memengaruhi setiap aspek kepribadian individu, seperti emosional, sosial, moral, keagamaan dan intelektual. Dalam fase tertentu, salah satu aspek mungkin lebih penting dari aspek lainnya.

d. Faktor lingkungan

Berbagai lingkungan, seperti keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan dan agama berpengaruh terhadap penyesuaian diri seseorang.

1) Pengaruh lingkungan keluarga

Faktor lingkungan keluarga merupakan faktor yang sangat penting karena keluarga merupakan media sosialisasi bagi anak-anak. Proses sosialisasi dan interaksi sosial yang pertama dan utama dijalani individu dilingkungan keluarganya. Hasil sosialisasi tersebut kemudian dikembangkan dilingkungan sekolah dan masyarakat umum.

2) Pengaruh hubungan dengan orang tua

Pola hubungan antara orang tua dengan anak mempunyai pengaruh yang positif terhadap proses penyesuaian diri. Beberapa pola hubungan yang dapat memengaruhi penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

a) Menerima (acceptance)

Orang tua menerima kehadiran anak-anaknya dengan cara-cara yang baik. Sikap penerimaan ini dapat menimbulkan suasana hangat, menyenangkan, dan rasa aman bagi anak.

b) Menghukum dan disiplin yang berlebihan

Hubungan anak dengan orang tua bersifat keras. Disiplin yang terlalu berlebihan dapat menimbulkan suasana psikologis yang kurang menyenangkan bagi anak.

c) Memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan

Perlindungan dan pemanjaan secara berlebihan dapat menimbulkan perasaan tidak aman, cemburu, rendah diri, canggung, dan gejala-gejala salah usai lainnya.

d) Penolakan

Orang tua menolak kehadiran anaknya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penolakan orang tua terhadap pada anaknya dapat menimbulkan hambatan dalam penyesuaian diri.

3) Hubungan saudara

Hubungan saudara yang penuh persahabatan, saling menghormati, penuh kasih sayang, berpengaruh terhadap penyesuaian diri yang lebih baik.

4) Lingkungan masyarakat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gejala tingkah laku salah suai atau perilaku menyimpang bersumber dari pengaruh keadaan lingkungan masyarakatnya. Pergaulan yang salah dan terlalu bebas di kalangan remaja dapat memengaruhi pola-pola penyesuaian dirinya.

5) Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah berperan sebagai media sosialisasi, yaitu memengaruhi kehidupan intelektual, sosial, dan moral anak-anak. Pendidikan yang diterima anak di sekolah merupakan

bekal bagi proses penyesuaian diri mereka di lingkungan masyarakatnya.

e. Faktor budaya dan agama

Lingkungan kultural tempat individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian dirinya. Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan lainnya. Agama juga memberikan suasana damai dan tenang bagi anak. Ajaran agama ini merupakan sumber nilai, norma, kepercayaan dan pola-pola tingkah laku yang akan memberikan tuntunan bagi arti, tujuan, dan kestabilan hidup anak-anak. Berdoa merupakan media menuju arah kehidupan yang lebih nyaman, tenang dan berarti bagi manusia. Oleh karena itu, agama memegang peran penting dalam proses penyesuaian diri seseorang.

5. Pentingnya Penyesuaian Diri pada Individu

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang terjadi sepanjang kehidupan. Siti Sundari (2005: 43) mengungkapkan bahwa sejak kecil individu belajar bertingkah laku, tingkah laku yang berhasil dalam memenuhi kebutuhannya berarti dapat menyesuaikan diri dan mengalami keseimbangan baik secara internal maupun hubungannya dengan dunia sekitar. Selanjutnya menurut Enung Fatimah (2008: 193) kemampuan individu melakukan penyesuaian diri yang sehat terhadap lingkungan merupakan salah satu prasyarat yang penting bagi terciptanya kesehatan jiwa/ mental individu. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu

mencapai kebahagiaan dalam hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan maupun masyarakat pada umumnya. Untuk itu, kemampuan dalam melakukan penyesuaian diri sangat diperlukan bagi seorang individu dalam menjalani kehidupannya.

Individu dapat dikatakan sukses dalam melakukan penyesuaian diri jika ia dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar dan dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu orang lain. Enung Fatimah (2008: 193) mengungkapkan dengan adanya penyesuaian diri yang baik individu akan dibentuk menjadi seorang pribadi yang matang dan memiliki tanggung jawab sosial dan moral.

Selanjutnya mengenai pentingnya penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah. Sofyan S. Willis (1986: 46) mengungkapkan ada beberapa penyesuaian diri di sekolah yaitu penyesuaian diri terhadap guru, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, dan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah.

a. Penyesuaian diri terhadap guru

Penyesuaian diri terhadap guru yaitu siswa menyesuaikan diri terhadap sikap atau perlakuan guru terhadap dirinya atau bimbingan yang diberikan kepadanya dalam rangka keinginannya berhubungan dengan orang-orang dewasa lain sebagai pengganti orangtua sesuai dengan perkembangannya menuntut ilmu dan menuju kedewasaan dalam bergaul.

b. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya

Penyesuaian diri terhadap teman sebaya amat penting bagi perkembangan siswa, terutama perkembangan sosial. Dalam proses penyesuaian diri terhadap teman sebaya, siswa dihadapkan pada masalah penerimaan atau penolakan akan kehadirannya dalam pergaulan. Apabila siswa sampai ditolak oleh teman sebayanya ia akan mengalami kekecewaan. Untuk menghindarinya siswa perlu memiliki sikap, perasaan, keterampilan perilaku yang dapat menunjang penerimaan kelompok teman sebaya. Siswa akan menyesuaikan diri ke arah yang lebih mantap, meskipun dalam usaha ke arah penyesuaian diri dengan teman sebaya lebih banyak mengalahkan kepentingan pribadi dengan kepentingan kelompok, dengan alasan takut dikucilkan.

c. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah dalam penelitian ini adalah lingkungan sekolah dalam arti lingkungan dalam sekolah yang dibedakan lagi atas lingkungan alam, fisik dan peraturan sekolah serta sosial. Lingkungan alam dalam sekolah mencakup keadaan suhu, kebersihan, kelembaban, sirkulasi udara, cahaya atau penerangan dalam ruangan kelas. Lingkungan fisik dalam sekolah serta peraturan-peraturan sekolah mencakup gedung, belajar, alat-alat peraga, perpustakaan, pertanaman dan tata tertib sekolah. Lingkungan sosial dalam sekolah mencakup suasana hubungan

timbang balik antara segenap warga sekolah atau masyarakat sekolah. Jadi penyesuaian diri siswa dengan lingkungan sekolah yaitu siswa menyesuaikan diri dengan memanfaatkan lingkungan yang menunjang kehidupan di sekolah sekaligus memelihara dan menjaganya, serta bertindak positif, mematuhi peraturan dan menjalankan peraturan yang berlaku di dalam lingkungan sekolah.

B. Harga Diri Siswa

1. Pengertian Harga Diri

Menurut Clemes dan Bean (1995: 2) harga diri adalah rasa nilai diri kita berasal dari seluruh pikiran, perasaan, sensasi dan pengalaman yang telah kita kumpulkan sepanjang hidup kita yang merupakan dasar bagi pertumbuhan positif dalam hubungan kemanusiaan, belajar kreativitas dan tanggung jawab pribadi. Artinya harga diri merupakan penilaian yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya sendiri.

Selanjutnya menurut Nathaniel Branden (1992: 18) "*self-esteem is the disposition to experience oneself as competent to cope with the challenges of life and as deserving of happiness*". Maksudnya ialah harga diri merupakan kecenderungan individu untuk berkompeten mengatasi tantangan-tantangan dalam hidup dan berhak akan kebahagiaan. Rosenberg (dalam Mruk, 2006: 16) juga mengungkapkan "*self esteem is a positive or negative attitude toward a particular object namely the self*". Artinya ialah harga diri merupakan sikap positif atau negatif individu terhadap sebuah objek tertentu yang dinamakan diri. Dalam hal

ini istilah yang digunakan merujuk pada sikap dan atau pemikiran yang mendasari munculnya persepsi terhadap perasaan, yaitu perasaan individu mengenai *worth* (rasa berharga) dan *value* (nilai) sebagai manusia.

Jadi, berdasarkan beberapa pendapat ahli tentang harga diri dapat disimpulkan bahwa harga diri ialah penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya, yang diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya.

2. Karakteristik Harga Diri

Penilaian seseorang baik positif maupun negatif terhadap dirinya akan menentukan bagaimana harga diri seseorang tersebut. Dalam hal ini, harga diri juga berperan penting dalam menentukan perilaku seseorang melalui proses berpikir, emosi, nilai, cita-cita serta tujuan yang hendak dicapai.

a. Karakteristik harga diri tinggi

Menurut Clemes dan Bean (2001: 334) karakteristik anak yang memiliki harga diri tinggi, yaitu bangga dengan hasil kerjanya, bertindak mandiri, mudah menerima tanggung jawab, mengatasi prestasi dengan baik, menanggapi tantangan baru dengan antusiasme, merasa sanggup mempengaruhi orang lain serta menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas.

Menurut Coopersmith (dalam Gita Handayani Ermanza, 2008: 10) ciri-ciri individu dengan karakteristik harga diri tinggi, yaitu:

- 1) Menganggap diri sendiri sebagai orang yang berharga dan sama baiknya dengan orang lain yang sebaya dengan dirinya dan menghargai orang lain.
- 2) Dapat mengontrol tindakannya terhadap dunia luar dirinya dan dapat menerima kritik dengan baik.
- 3) Menyukai tugas baru dan menantang serta tidak cepat bingung bila sesuatu berjalan di luar rencana.
- 4) Berhasil atau berprestasi di bidang akademik, aktif dan dapat mengekspresikan dirinya dengan baik.
- 5) Tidak menganggap dirinya sempurna, tetapi tahu keterbatasan diri dan mengharapkan adanya pertumbuhan dalam dirinya.
- 6) Memiliki nilai-nilai dan sikap yang demokratis serta orientasi yang realistis.
- 7) Lebih bahagia dan efektif menghadapi tuntutan dari lingkungan

b. Karakteristik harga diri rendah

Remaja yang memiliki harga diri rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Disamping itu remaja dengan harga diri rendah cenderung untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya. Menurut Nathaniel Branden (1992: 13) anak yang memiliki harga diri yang rendah akan mempunyai perasaan yang tidak terjamin atau tidak

aman dan berusaha membatasi diri dari lingkungan sekitarnya. Selanjutnya Clemes dan Bean (2001: 4) juga mengungkapkan karakteristik anak yang memiliki harga diri yang rendah, yaitu menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan, merendahkan bakat dirinya, merasa tak ada seorangpun yang menghargainya, menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri serta mudah dipengaruhi oleh orang lain.

Menurut Coopersmith (dalam Gita Handayani Ermanza, 2008: 10) karakteristik seseorang memiliki harga diri rendah, yaitu:

- 1) Menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berharga dan tidak sesuai, sehingga takut gagal untuk melakukan hubungan sosial. Hal ini sering kali menyebabkan individu yang memiliki harga diri yang rendah, menolak dirinya sendiri dan tidak puas akan dirinya.
- 2) Sulit mengontrol tindakan dan perilakunya terhadap dunia luar dirinya dan kurang dapat menerima saran dan kritikan dari orang lain.
- 3) Tidak menyukai segala hal atau tugas yang baru, sehingga akan sulit baginya untuk menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang belum jelas baginya.
- 4) Tidak yakin akan pendapat dan kemampuan diri sendiri sehingga kurang berhasil dalam prestasi akademis dan kurang dapat mengekspresikan dirinya dengan baik.

- 5) Menganggap diri kurang sempurna dan segala sesuatu yang dikerjakannya akan selalu mendapat hasil yang buruk, walaupun dia telah berusaha keras, serta kurang dapat menerima segala perubahan dalam dirinya.
- 6) Kurang memiliki nilai dan sikap yang demokratis serta orientasi yang kurang realistik.
- 7) Selalu merasa khawatir dan ragu-ragu dalam menghadapi tuntutan dari lingkungan.

3. Aspek-aspek Harga Diri

Menurut Abraham Maslow (1987: 45) kebutuhan akan harga diri diklasifikasikan ke dalam dua aspek, yaitu:

(a) Self respect, that the desire for strength, for achievement, for adequacy, for mastery and competence, for confidence in the face of the world, for independence and freedom. (b) Respect from other people, that the desire for recognition, dominance, attention, importance, and appreciation.

Menurut penjelasan Abraham Maslow kebutuhan akan harga diri diklasifikasikan ke dalam dua aspek, yaitu:

a. Penghargaan dari diri sendiri (*Self respect*)

Penghargaan dari diri sendiri ialah berupa keyakinan bahwa individu merasa memiliki kekuatan, prestasi, kompetensi, rasa percaya diri, kemandirian dan kebebasan atas dirinya. Perasaan berharga terhadap diri ini akan dapat tumbuh ketika individu dapat menerima dan menilai secara objektif kelebihan dan kelemahan

yang dimiliki. Jadi, ketika individu dapat mengenal dengan baik dirinya maka individu akan dapat menghargai dirinya sendiri.

b. Penghargaan dari orang lain (*Respect from other people*)

Penghargaan dari orang lain berupa keyakinan bahwa individu merasa diakui, diperhatikan, merasa penting, serta merasa mendapat apresiasi dari orang lain atas keunggulan ataupun prestasi yang dimiliki. Ketika individu merasa dihargai, diakui dan diterima oleh orang lain, maka akan mendorong individu memiliki harga diri yang positif. Namun sebaliknya, ketika individu tidak mendapatkan penghargaan dari orang lain ia akan merasa dirinya tidak berharga serta tidak berguna dalam kehidupan sosialnya.

Selanjutnya Menurut Nathaniel Branden (1992: 16) harga diri terdiri dari dua aspek:

- (a) *Self efficacy, means confidence in the functioning of my mind, in my ability to think, in the processes by which I choose.*
- (b) *Self respect, means assurance of my value, an affirmative attitude toward my right to live and to be happy, comfort in appropriately asserting my thoughts, wants.*

Artinya menurut Nathaniel Branden harga diri terdiri dari dua komponen, yaitu:

a. Kompetensi diri (*Self efficacy*)

Self efficacy ialah percaya dan yakin akan fungsi pemikiran dan kemampuan untuk berpikir serta membuat pilihan yang sesuai, dan mampu untuk memutuskan. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa

self efficacy merupakan keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuan yang dimilikinya.

b. Penghargaan dari diri sendiri (*Self respect*)

Self respect ialah percaya dan yakin akan hak untuk hidup bahagia, merasakan kenyamanan dalam hal pemikiran, dan keinginan. Dalam hal ini, penghargaan individu terhadap dirinya akan membuat individu merasa nyaman dan bahagia dengan kehidupannya.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang terdapat dalam harga diri yaitu penghargaan yang diperoleh dari diri sendiri (*self respect*), penghargaan yang diperoleh dari orang lain (*respect from other people*), dan kompetensi diri (*self efficacy*).

4. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Harga Diri

Menurut Mruk (2006: 64) faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan harga diri (*self esteem*) ialah:

- a. *Parental factors*
 - 1) *Genetics factor*
 - 2) *Parental support (Involvement)*
 - 3) *Parental "Warmth" (Acceptance)*
 - 4) *Parental expectations and consistency*
 - 5) *Parenting style*
 - 6) *Birth order*
 - 7) *Modeling*
- b. *Values factor*
 - 1) *Social values*
 - 2) *Self values*
- c. *Gender factor*
- d. *Ethnic, and economic factors*

Adapun maksud dari faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri menurut Mruk ialah:

a. Faktor orang tua

1) Faktor genetik

Faktor genetik adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi harga diri individu. Dalam hal ini, gen yang diwariskan oleh orang tua akan dapat mempengaruhi perkembangan temperamen dan kepribadian yang dimiliki individu.

2) Dukungan orang tua (keterlibatan orang tua)

Dukungan orang tua juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi harga diri anak. Ketika orang tua menunjukkan kepedulian yang besar terhadap anak, maka anak akan merasa berharga. Sebaliknya jika orang tua menunjukkan ketidakpedulian terhadap anak, maka anak akan cenderung memiliki harga diri yang rendah

3) Kehangatan orang tua (penerimaan orang tua)

Penerimaan orang tua berupa kesediaan orang tua untuk mengakui kelebihan dan kekurangan anak, begitu pula dengan potensi dan keterbatasannya. Dengan menyadari kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki anak, orang tua dapat mendukung anak untuk mengembangkan kemampuan, kesukaan serta minat yang dimiliki anak.

4) Harapan orang tua

Harapan besar yang diinginkan orang tua terhadap anak akan mampu membuat anak menjadi orang yang berusaha untuk memperjuangkan sesuatu yang dianggap akan mampu membawa dampak yang lebih baik terhadap kehidupannya.

5) Pola asuh

Orang tua yang menerima, mengasihi, dan responsif cenderung menghasilkan anak yang memiliki harga diri tinggi dibandingkan orang tua yang tidak penerima, tidak tertarik, dan tidak responsif terhadap anaknya.

6) Urutan kelahiran

Anak pertama cenderung meningkatkan kemungkinan memiliki harga diri yang tinggi. Adapula indikasi bahwa anak tunggal memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang memiliki saudara. Hal ini dapat dilihat dari Keterlibatan orang tua yang lebih fokus terhadap anak pertama dan anak tunggal mendorong anak dibandingkan yang lainnya.

7) Modelling

Orang tua yang dapat menghadapi tantangan hidup secara jujur dan terbuka, serta dapat mengatasi kesulitan-kesulitan mereka alih-alih menghindarinya, akan mengajarkan pada

anak strategi pemecahan masalah dan mengembangkan harga diri yang baik.

b. Faktor Nilai-nilai

1) Nilai-nilai sosial

Nilai-nilai sosial merupakan segala sesuatu pandangan yang dianggap baik atau benar dalam kehidupan masyarakat yang kemudian jadi pedoman bagi individu dalam menentukan sikap.

2) Nilai-nilai individu

Faktor individu juga memegang peranan yang penting dalam menghubungkan harga diri dengan nilai-nilai. Nilai-nilai individu penting karena nilai-nilai tersebut mengaitkan identitas diri seseorang dengan harga diri, juga perilaku individu tersebut.

c. Faktor gender (jenis kelamin)

Jenis kelamin juga salah satu faktor yang dapat mempengaruhi harga diri individu. Terdapat perbedaan harga diri perempuan dan laki-laki. Pada perempuan faktor yang mempengaruhi tingginya adalah kemampuan wanita untuk menjalin relasi interpersonal yang lebih positif. Sedangkan pada laki-laki faktor yang mempengaruhi tingginya harga diri adalah kemandirian, dan kemampuan laki-laki melibatkan perasaannya.

d. Faktor ekonomi dan budaya

Faktor ekonomi dan budaya juga dapat mempengaruhi perkembangan harga diri individu. Penerimaan yang baik terhadap perekonomian serta budaya yang dimiliki akan mendorong perkembangan harga diri yang positif pada diri individu. Sebaliknya jika individu tidak mampu menerima bagaimana keadaan ekonomi serta budaya yang dimilikinya maka muncul rasa rendah diri pada diri individu.

C. Harga Diri dan Hubungannya dengan Penyesuaian Diri Siswa

Berbagai penelitian tentang harga diri telah banyak dilakukan dan dihubungkan dengan berbagai variabel. Pada penelitian ini, peneliti lakukan akan membahas mengenai harga diri dan hubungannya dengan penyesuaian diri. Menurut Wayne Weiten & Margaret A. Lloyd (2006: 148) *“people with high self esteem claim to be more likeable and attractive, to have better relationship, and to make better impressions on the others than people with low self-esteem”*. Maksudnya ialah orang dengan harga diri yang tinggi akan lebih menyenangkan dan menarik, memiliki hubungan atau penyesuaian diri yang lebih baik, dan membuat kesan yang lebih baik dengan orang lain daripada orang-orang dengan harga diri yang rendah. Senada dengan pendapat sebelumnya, Ditto Prastowo (2012: 10) juga mengungkapkan individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya, yang selanjutnya akan mampu mengontrol lingkungannya tersebut. Sebaliknya jika individu memiliki harga diri yang

rendah maka akan mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Selanjutnya menurut Jalaludin Rakhmat (2004: 125) jika individu diterima dan dihargai oleh orang lain karena keadaan dirinya maka seseorang tersebut akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya sendiri sehingga akan lebih mudah dapat diterima dan menyesuaikan diri dengan kelompoknya. Selanjutnya harga diri merupakan kebutuhan yang penting dalam kehidupan manusia serta dapat menentukan bagaimana perilaku seseorang. Remaja yang memiliki harga diri tinggi akan memandang dirinya secara positif, penuh percaya diri, dan selalu ingin mencoba pengalaman baru yang berguna. Ketika remaja mampu memandang dirinya secara positif maka remaja tersebut juga akan mampu memandang orang lain secara positif sehingga ia akan dapat menyesuaikan diri dengan baik.

Jadi, dari beberapa pendapat yang telah dikemukakan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa harga diri positif yang dimiliki siswa akan dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan.

D. Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Peningkatan Harga Diri dan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah

Di sekolah, peran aktif guru BK sangat diperlukan berkaitan dengan permasalahan serta perkembangan yang dialami siswa. Diantaranya berkaitan dengan memahami dan membantu mengentaskan permasalahan yang muncul berkaitan dengan harga diri dan penyesuaian diri siswa. Dengan adanya bantuan dari guru BK, siswa diharapkan mampu mengenal dan memahami

diri sendiri, dapat menerima diri secara positif, mengambil keputusan sendiri dan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil serta mewujudkan hubungan sosial yang lebih baik di lingkungan sekolah.

Guru BK dapat mengaplikasikan berbagai layanan untuk dapat meningkatkan harga diri pada siswa serta meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah. Adapun layanan yang dapat diberikan oleh guru BK untuk meningkatkan harga diri dan penyesuaian diri yang positif pada siswa, ialah:

1. Layanan informasi yang diberikan kepada siswa

Menurut Prayitno (2012: 49) layanan informasi merupakan layanan BK yang dibutuhkan siswa sebagai acuan untuk bersikap dan bertingkah laku sehari-hari, sebagai pertimbangan bagi arah pengembangan diri, dan sebagai dasar pengambilan keputusan. Melalui layanan informasi, guru BK dapat menerapkan fungsi pemahaman dan pencegahan pada siswa melalui pembelajaran mengenai berbagai materi yang berhubungan dengan pemahaman siswa tentang harga diri dan penyesuaian diri. Misalnya materi tentang konsep harga diri yaitu pentingnya menumbuhkan harga diri yang positif pada diri siswa. Selanjutnya informasi yang dapat diberikan kepada siswa tentang materi yang berhubungan dengan penyesuaian diri yaitu pentingnya pengontrolan diri, pentingnya menjalin hubungan baik dengan orang lain, serta upaya bersosialisasi dengan baik sesuai dengan norma yang ada.

2. Layanan penguasaan konten yang diberikan kepada siswa

Menurut Prayitno (2012: 89) layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Melalui layanan penguasaan konten, pembelajaran yang dapat diberikan yaitu tentang pengembangan kehidupan pribadi berhubungan dengan kiat meningkatkan harga diri yang positif serta kiat meningkatkan penyesuaian diri yang positif pada siswa. Berhubungan dengan peningkatan harga diri, materi yang dapat diberikan yaitu trik meningkatkan kekuatan dari dalam diri siswa, trik meningkatkan kepercayaan diri siswa, serta trik yang dapat dilakukan siswa agar mendapat pengakuan dan perhatian dari orang lain.

3. Layanan konseling perorangan yang diberikan kepada siswa

Layanan konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Melalui layanan konseling perorangan guru BK dapat menjalankan fungsi pengentasan, pengembangan serta pemeliharaan terhadap siswa-siswi di sekolah berhubungan dengan harga diri dan penyesuaian diri siswa.

Siswa dapat menyampaikan pada guru BK tentang kesulitan-kesulitan yang dialaminya terkait harga diri dan penyesuaian diri (fungsi pengentasan). Misalnya terkait dengan siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, siswa yang merasa tidak diakui di lingkungan sekolah,

siswa yang merasa tidak memiliki kompetensi dalam proses pembelajaran, siswa yang mengalami kesulitan dalam pengontrolan dirinya, serta siswa yang tidak mampu membina hubungan baik dengan siswa lainnya di lingkungan sekolah. Siswa dengan harga diri dan penyesuaian diri sedang juga dapat dibantu, guru BK dapat menempatkan dan menyalurkan siswa ini dalam kegiatan-kegiatan yang diminati untuk mampu mengembangkan harga diri dan meningkatkan penyesuaian diri yang positif (fungsi pengembangan). Demikian pula halnya dengan siswa yang memiliki harga diri dan penyesuaian diri yang positif, siswa dengan guru BK dapat membahas kegiatan-kegiatan yang dapat dilakukan agar harga diri dan penyesuaian diri yang dimiliki tetap bagus (fungsi pemeliharaan).

4. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan kepada siswa

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004: 309) layanan bimbingan kelompok ialah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok guru BK dapat memberikan topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan berhubungan dengan harga diri dan penyesuaian diri siswa, guru BK diharapkan mampu menciptakan dinamika kelompok sehingga siswa-siswa merasa tertarik mengikuti bimbingan kelompok. Dengan adanya pembahasan mengenai harga diri dan penyesuaian diri diharapkan akan mendorong perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku siswa yang lebih efektif dan

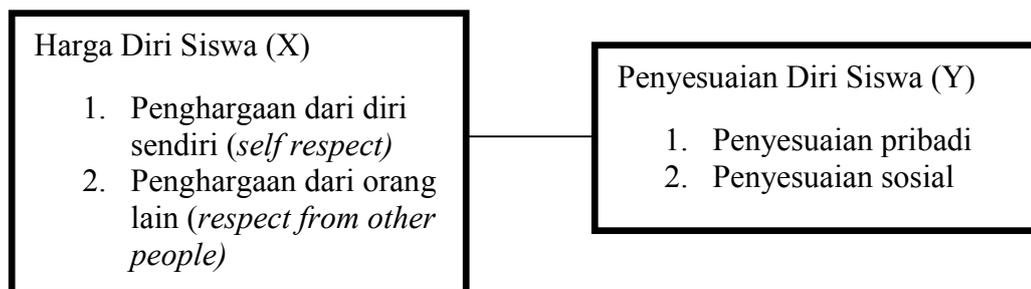
bertanggung jawab. Materi yang dapat dibahas dalam bimbingan kelompok dalam peningkatan harga diri dan penyesuaian diri siswa ialah tentang pentingnya penghargaan yang dilakukan individu terhadap dirinya, pentingnya melakukan penghargaan terhadap orang lain, serta pentingnya apresiasi dari orang lain dalam peningkatan harga diri.

5. Layanan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004: 311) layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok. Pada pelaksanaan layanan konseling kelompok lebih terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu. Dalam hal ini, yang menjadi fokus masalah yaitu siswa yang mengalami permasalahan baik yang berhubungan dengan harga diri maupun penyesuaian diri siswa. Misalnya masalah tentang harga diri yang rendah yaitu siswa yang keberadaannya tidak diakui di lingkungan sekolah dan siswa yang tidak mampu membangun kekuatan dari dalam dirinya untuk meningkatkan harga dirinya. Selanjutnya masalah mengenai ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah, misalnya siswa yang suka cabut saat jam pelajaran, siswa yang suka merokok, serta siswa yang suka melanggar peraturan sekolah. Melalui layanan konseling kelompok diharapkan masalah individu yang dibahas dapat diperoleh pemecahan masalahnya.

E. Kerangka Konseptual

Agar penelitian ini terarah dengan tujuan penelitian maka penulis mencoba untuk membuat kerangka konseptual yaitu sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan antara Harga Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa di SMP 15 Padang

Berdasarkan kerangka konseptual di atas dapat dilihat bahwa penelitian ini akan mendeskripsikan tentang harga diri (X) dengan penyesuaian diri siswa (Y). Harga diri (X) sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri (Y) sebagai variabel terikat. Harga diri merupakan penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya. Aspek harga diri yang akan diteliti dalam penelitian ini ialah penghargaan dari diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Sedangkan penyesuaian diri ialah usaha individu untuk mencapai keharmonisan pada dirinya dan lingkungannya sehingga mampu menghadapi tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dalam dirinya. Aspek penyesuaian diri yang akan diteliti ialah tentang penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.

Selanjutnya, berdasarkan kerangka konseptual di atas akan dilihat bagaimana hubungan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa.

Kerangka konseptual ini dapat membantu penulis untuk berfikir terarah dan teratur untuk melihat hubungan dua variabel (X dan Y) tersebut.

F. Hipotesis

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

(Ha) = Terdapat hubungan signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di SMP Negeri 15 Padang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai harga diri dengan penyesuaian diri siswa, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Harga diri siswa SMP N 15 Padang secara umum berada pada kategori tinggi dalam hal penghargaan dari diri sendiri dan penghargaan dari orang lain.
2. Penyesuaian diri siswa SMP N 15 Padang secara umum berada pada kategori baik dalam hal penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dengan penyesuaian diri siswa di SMP N 15 Padang.

B. Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian, maka akan disampaikan beberapa saran kepada pihak-pihak terkait, yaitu:

1. Kepada Guru BK diharapkan mampu menyusun program berkenaan dengan peningkatan harga diri siswa melalui layanan relevan, seperti layanan informasi dan penguasaan konten berkaitan dengan upaya meningkatkan harga diri dalam hal penghargaan dari diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Misalnya kiat-kiat dalam meningkatkan kemandirian, kiat dalam meningkatkan kepercayaan diri, kiat untuk meningkatkan kekuatan dari dalam diri, kiat untuk meningkatkan kompetensi serta kiat untuk mendapatkan penghargaan dari orang lain.

2. Kepada jurusan bimbingan dan konseling, agar dapat memanfaatkan penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam merancang program-program mengenai upaya untuk meningkatkan harga diri dan penyesuaian diri siswa di sekolah yang dapat diberikan kepada bagi calon guru pembimbing nantinya.
3. Kepada peneliti selanjutnya, agar dapat memperkaya penelitian ini dengan mengambil variabel lain, terutama berkenaan dengan faktor internal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa.

KEPUSTAKAAN

- Ami Dwi Margono.(2014).“Hubungan Harga Diri dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Prestasi Belajar”. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
- A. Muri Yusuf. (2007). *Metodologi Penelitian*. Padang :UNP Press
- Anas Sudijono. (2007). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajagrafindo Persad.
- Branden, Nathaniel. (1992). *The Power of Self-Esteem*. Health Communications, Inc.: Florida, USA
- Clemes, H., Bean, R. (1995). *Membangkitkan Harga Diri Anak: Petunjuk Praktis Bagi Orang Tua dan Guru*. Alih Bahasa: Adiwiyoto, A. Jakarta : Mitra Utama.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ditto Prastowo. (2012). “Harga Diri Siswa Kelas X E SMK PGRI 2 Salatiga dan Implikasinya terhadap Penyusunan Program BK Pribadi”. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Enung Fatimah. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Pustaka Setia
- Gita Handayani Ermanza. (2008). “Hubungan Harga Diri dan Citra Tubuh Pada Remaja Putri yang Obesitas.” *Skripsi* (tidak diterbitkan). UI Jakarta.
- Hurlock, Elizabeth B. (2007). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. edisi kelima. Alih bahasa Dra.Istiwidayanti & Drs.Soedjarwo. Jakarta: Erlangga
- Jalaludin Rakhmat. (2004). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Maslow, A. (1987). *Motivation and Personality*. New York : Harper Inc.
- Mohammad Ali & Mohammad Asrori. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice. Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*. New York: Springer Publishing Company.
- Nana Sudjana. (1996). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.

- Novikarisma Wijaya. (2007). Hubungan Antara Keyakinan Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Siswa Tahun Pertama Sekolah Asrama Sma Pangudi Luhur. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Diponegoro Semarang
- Prayitno & Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: UNP Press
- Riduwan. (2010). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- Riduwan & Kuncoro, E.A. (2011). *Cara Menggunakan dan Memaknai Path Analysis (Analisis Jalur)*. Bandung: Alfabeta
- Santrock, Jhon W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. edisi keenam. Alih bahasa: B. Shinto & M. Sherly. Jakarta: Erlangga
- Sarlito W. Sarwono, & Eko A. Meinarno. (2011). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Sarlito W. Sarwono. (2002). *Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Siti Sundari. (2005). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sofyan S. Willis. (1986). *Problema Remaja dan Pemecahannya*. Bandung: Angkasa.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rhineka Cipta.
- Sulisworo Kusdiyati & Lilim Halimah. (2011). "Penyesuaian Diri Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Kelas XI Sma Pasundan 2 Bandung." *Humanitas, Vol. VIII No.2*.
- Sunarto & Agung Hartono. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syofyan Siregar. (2013). *Statistika Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.

Tulus Winarsunu. (2002). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM

Umar Husein. (2001). *Metodologi Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta: Rajawali Pers.

Weiten, W & Lloyd, M. (2006). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century*. Eighth Edition. Canada : Thomson Wadsworth

Zainun. (2002). *Psikologi Anak*. Jakarta: Gramedia.